



ÖZEL KÜÇÜK PRENS OKULLARI  
LİSE EYLÜL 2022  
KAHVATI, ÖĞLE YEMEĞİ VE İKİNDİ MENÜSÜ

SARDUNYA

	12.09.2022	13.09.2022	14.09.2022	15.09.2022	16.09.2022
KAHVATI	MİNİ POĞAÇA (130 CAL)	PEYNİRLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	FIRINLANMIŞ KAPYA BİBERLİ, KAŞAR PEYNİRLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	SANDVIÇ (140 CAL) (BEYAZ PEYNİRLİ, KIVIRCIKLI VE SALATALIKLI)
	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU
PRATİK MENÜ	ET DÖNER (300 CAL) (LAVAŞ, FIRINDA KÜP PATATES VE TURŞU İLE)	GÜVEÇTE ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	PANELİ PİLİÇ DİLİMLERİ (HARDALLI PATATES SALATA EŞLİĞİNDE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL) (NANELİ DOMATES SOS İLE)	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE 300 CAL) (KÜP PATATES EŞLİĞİNDE)
	SADE PİLAV (350 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BURGU MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)
	EV YAPIMI AYRAN	MEVSİM SALATA	TRİLEÇE (495 CAL)	MEVSİM SALATA	EV YAPIMI LİMONATA
GELENEKSEL MENÜ	EV USULÜ TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	BUĞDAYLI TARHANA ÇORBA (220 CAL)
	AZERİ ÇORBA (250 CAL)	EYYÜBİ ÇORBA (250 CAL)	SEBZE EZME ÇORBA (190 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	NANELİ DÖVME ÇORBA (250 CAL)
	ET DÖNER (300 CAL) (LAVAŞ,FIRINDA KÜP PATATES VE TURŞU İLE)	GÜVEÇTE ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	PANELİ PİLİÇ DİLİMLERİ (HARDALLI PATATES SALATA EŞLİĞİNDE)	TEREYAĞLI EL MANTISI (495 CAL) (NANELİ DOMATES SOS İLE)	FESLEĞEN SOSLU IZGARA KÖFTE 300 CAL) (KÜP PATATES EŞLİĞİNDE)
	SADE PİLAV (350 CAL)	KARIŞIK DOLMA (230 CAL)	ROSTO KÖFTE (290 CAL)	PATLICAN MUSAKKA (300 CAL)	KEKİKLİ HİNDİ BUT TANDIR (255 CAL) (KEŞKEK BEĞENDİ İLE)
	MEYVE (50 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	BURGU MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)
	MUHALLEBİLİ KEMALPAŞA KUP (200 CAL)	PEYNİRLİ SU BÖREĞİ (400 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PÜSKÜLLÜ PİLAV (350 CAL)
	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	Z.Y. TAZE FASULYE	KEŞKÜL (200 CAL)	TRİLEÇE (495 CAL)	TARÇINLI SÜTLAÇ (450 CAL)	SÜTLÜ CEVİZLİ İRMİK KUP(186)
	PATATES SALATASI	Z.Y.DEREOTLU KABAK KALYE	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE	Z.Y.KARNABAHAHAR PANE	Z.Y. BROKOLİ
	MEVSİM SALATA	Z.Y.ISPANAK KAVURMA	Z.Y. MÜCVER	HAVUÇ TARATOR	Z.Y.SOSLU KARIŞIK KIZARTMA
	KOMPOSTO	NAR EKŞİLİ KISIR	KURU BÖRÜLCE SALATASI	MERCİMEK KÖFTE	HUMUS
	AYRAN	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
		KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO
	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	YOĞURT	
İKİNDİ	ACIBADEM	MEVSİM MEYVE	LİMONLU KEK	MEVSİM MEYVE	SUSAMLI ÇUBUK KRAKER



	19.09.2022	20.09.2022	21.09.2022	22.09.2022	23.09.2022
KAHVAlTI	ZEYTİNLİ AÇMA (130 CAL)	PEYNİRLİ GÖZLEME (140 CAL)	PASTANE SİMİT (320 CAL)	SANDViÇ (140 CAL) (KAŞAR PEYNİRLİ, KIVIRCIKLı VE SALATALIKLI)	DEREOTLU PEYNİRLİ EV YAPIMI MİNİ POĞAÇA (130 CAL)
	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU
PRATİK MENÜ	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (FİRINDA KÜP PATATES VE DİP SOS EŞLİĞİNDE)	KIYMALI PATATES OTURTMA (350 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	KÖFTELİ QUESADİLLA (FİRIN PATATES İLE)
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PESTO SOSLU BONCUK MAKARNA (300 CAL)	TEL ŞEHRİYELİ PİLAV PİLAV (350 CAL)	SOSLU PİLİÇ İNCİK KIZARTMA (320 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)
	MEVSİM SALATA	EV YAPIMI AYRAN	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	PEYNİRLİ DENİZ KABUĞU MAKARNA (300 CAL)	EV YAPIMI LİMONATA
GELENEKSEL MENÜ	DOMATES ÇORBA (220 CAL)	EZOĞELİN ÇORBA (250 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	DÜĞÜN ÇORBA (200 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)
	SOĞAN ÇORBA	YÖRÜK ÇORBA (250 CAL)	YAYLA ÇORBA (250 CAL)	TARHANA CORBA (190 CAL)	TERB.HAV.TEL ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)
	ETLİ BEZELYE (190 CAL)	HAMBURGER (300 CAL) (FİRINDA KÜP PATATES VE DİP SOS EŞLİĞİNDE)	KIYMALI PATATES OTURTMA (350 CAL)	SOSLU PİLİÇ İNCİK KIZARTMA (320 CAL)	KÖFTELİ QUESADİLLA (FİRIN PATATES İLE)
	TAVUKLU İSPANAK OGRATEN (260 CAL)		ETLİ TAZE FASULYE (190 CAL)	HACİMAHMUT BEY KEBABİ	
	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	PESTO SOSLU BONCUK MAKARNA (300 CAL)	BULGUR PİLAVI (350 CAL)	PEYNİRLİ DENİZ KABUĞU MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)
	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		SEBZELİ KUSKUS MAKARNA (300 CAL)		
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KESTANE TOPLARI (450 CAL)	KEKLİ SAKIZLI MUHALLEBİ (250 CAL)	KIBRIS TATLISI (495 CAL)	BİSKÜVİLİ MUHALLEBİ ( 200 CAL)	SÜTLÜ PADİŞAH LOKUMU
	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE DİPLE	Z.Y.YAPRAK SARMA	Z.Y.TAZE FASULYE	Z.Y.BAMYA	Z.Y.KARNABAHAH PANE
	Z.Y.SOSLU PATLICAN TAVA	Z.Y.BROKOLİ	Z.Y.SOSLU BİBER TAVA	Z.Y.MÜCVER	Z.Y.DEREOTLU KABAK KALYE
	PANCARLI NOHUT SALATA	MERCİMEK KÖFTE	HUMUS	TABBULE SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO
	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE	YEDİ TAHILLI PEKMEZLİ KEK	MEVSİM MEYVE	ACIBADEM	KANDİL SİMİTİ

	26.09.2022	27.09.2022	28.09.2022	29.09.2022	30.09.2022
KAHVALTI	SOKAK SİMİTİ (320 CAL)	PATATESLİ KALEM BÖREK (400 CAL)	ZEYTİNLİ MİNİ PİZZA (130 CAL)	TAHİN PEKMEZLİ SANDVIÇ	FIRINLANMIŞ KAŞAR PEYNİRLİ,KAPYA BİBERLİ, DİLİM ZEYTİNLİ EKMEK (140 CAL)
	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU	SÜT (120 CAL) / MEYVE SUYU
PRATİK MENÜ	İNEGÖL KÖFTE (300 CAL) (PİYAZ SALATA İLE)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	PİZZA ÇEŞİTLERİ ( 400-450 CAL) (FIRINDA ELMA DİLİM PATATES EŞLİĞİNDE)	SOSYETE MANTISI (495 CAL)	TAVUKLU WRAP (FIRINDA KÜP PATATES VE DİP SOS İLE)
	BURGU MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ISPANAK GRATEN	SEBZE SOTE (145 CAL)	PESTO SOSLU PENNE MAKARNA (300 CAL)
	YOĞURT	MEVSİM SALATA	EV YAPIMI AYRAN	TRİLEÇE (495 CAL)	EV YAPIMI LİMONATA
GELENEKSEL MENÜ	BROKOLİ ÇORBA (190 CAL)	MERCİMEK ÇORBA (250 CAL)	DOMATES ÇORBA (190 CAL)	DÜĞÜRCÜK ÇORBA (60 CAL)	MAHLUTA ÇORBA (250 CAL)
	ARPA ŞEHRİYE ÇORBA (220 CAL)	NANELİ DÖVME ÇORBA (250 CAL)	TOYGA ÇORBA (250 CAL)	SÜLEYMANİYE ÇORBA (250 CAL)	EYYÜBİ ÇORBA (250 CAL)
	İNEGÖL KÖFTE (300 CAL) (PİYAZ SALATA İLE)	ETLİ KURU FASÜLYE (350 CAL)	PİZZA ÇEŞİTLERİ ( 400-450 CAL)(FIRINDA ELMA DİLİM PATATES EŞLİĞİNDE)	SOSYETE MANTISI (495 CAL)	TAVUKLU WRAP (FIRINDA KÜP PATATES VE DİP SOS İLE)
	ORMAN KEBABI (190 CAL)	KARNİYARIK (300 CAL)	FIRINDA KARNABAHAHAR (190 CAL)	GÜVEÇTE ETLİ YAZ TÜRLÜSÜ (190 CAL)	
	BURGU MAKARNA (300 CAL)	ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	ARABİATA SOSLU SPAGETTİ MAKARNA (300 CAL)	SEBZE SOTE (145 CAL)	PESTO SOSLU PENNE MAKARNA (300 CAL)
	DERDER PİLAVI (350 CAL)	ERİŞTE KAVURMA (300 CAL)		ŞEHRİYELİ PİLAV (350 CAL)	
	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)	MEYVE (50 CAL)
	KAYISI TANELİ KUP(200 CAL)	BADEMPARE (450 CAL)	SICAK İRMİK HELVASI(495)	TRİLEÇE (495 CAL)	KEŞKÜL (200 CAL)
	Z.Y.TAZE FASULYE	Z.Y.MÜCVER	Z.Y.ŞAKŞUKA	Z.Y.LAHANA SARMA	Z.Y.KARNABAHAHAR PANE
	Z.Y ÜZÜMLÜ LAHANA KAVURMA	Z.Y.PIRASA	Z.Y.DEREOTLU KABAK KALYE	KURU BÖRÜLCE SALATASI	Z.Y.TAZE BÖRÜLCE DİBLE
	NAR EKŞİLİ KISIR	HARDALLI PATATES SALATA	KURU MEYVELİ BUĞDAY SALATA	NAR EKŞİLİ KISIR	MERCİMEK KÖFTE
	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA	MEVSİM SALATA
	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO	KOMPOSTO
	YOĞURT	YOĞURT	AYRAN	YOĞURT	AYRAN
İKİNDİ	MEVSİM MEYVE	SUSAMLU KRİK KRAK	GİNGERMAN KURABİYE	MEVSİM MEYVE	AY ÇÖREĞİ